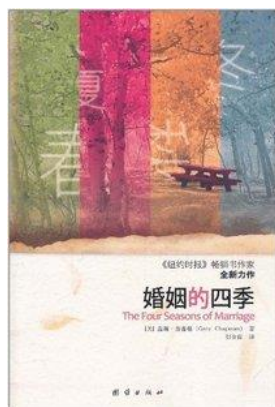


辅导类：《婚姻的四季》—罗加怡老师



书名：《婚姻的四季》(*The Four Seasons of Marriage*)

作者：盖瑞·查普曼博士 (Dr. Gray Chapman)

译者：刘金良

出版社：团结出版社

出版年份：2011年

春、夏、秋、冬四季的循环更替，是人生当中，很容易经历的一些天然的现象。每个季节都有不同的特征和气候变化的景象。很多时候，人都爱把四季比喻人生的境况和阶段，四季也可用来形容人生的岁月。只是，用在岁月的形容上，好像比较狭窄，因为人生的岁月是不会再循环。但用在一些境况和阶段，却是很有意思的形容。

在《婚姻的四季》这本书里，很喜欢作者以四季来描述婚姻的关系。当两个相爱的人，因着相爱而结合，进入共同生活的阶段，有时候会因着彼此的认识不足、接纳程度不够，甚至因着各人的性格不同，在处理和面对事情上，出现分歧。当这些发生的事情，没有好好的处理，很容易引发夫妻之间的亲密关系，出现了好像四季不同的变化。刚才说过，不同的季节，有不同的特征和气候变化的景象。春、夏两季，让人感觉有生机、有活力，充满色彩和喜乐；进入秋季，充满活力的境况，好像一下子就变得枯萎沉寂；严寒的冬季，更让人感到没有生趣，没有活力，只有冬眠这种不动的情况。放在婚姻的关系里，新婚阶段的喜乐、积极和恩爱，有着春季的鲜艳色彩，和夏天的炽热。但随着相处下来，不少的问题和性格的摩擦，婚姻可能就变成秋季，隐藏着一下子的退变。亲密的关系可能一下子就变得疏离僵化，很像严寒的冬季，死气沉沉。作者提到婚姻关系中，有些转变（比如婚外情）对婚姻关系的破坏是致命的，而另一些转变不过是生命中很自然的事情（例如：病痛、衰老，或是更换新的工作）。人对这些变化的回应包括：情绪、态度和行为，这3个因素怎样组合，将会决定我们的婚姻处于什么季节。

作者在书中把不同季节的情绪、行为和态度，清楚列出，并且运用一些实际夫妻的案例来描述，让读者可以容易明白和领会每个阶段的婚姻关系，是由什么问题和原因构成？

对婚姻的四季状况有了认识和了解，作者查普曼博士，就为读者提供了〈婚姻健康的七个策

略)，帮助读者可以知道怎样去解决婚姻关系的问题。在讲解七个策略的内容方面，作者很清楚仔细的解释，举例来说：在学会聆听的策略方面，作者更是把聆听的步骤和技巧，都很仔细的解释，让读的人，可以知道如何去实践这些技巧。还有，我们知道查普曼博士很强调 5 种“爱的言语”，在他所建议的健康策略中，其中一个策略也包含了这方面的教导。

本书共 186 页，内容还包含一些很实际的学习指南。借着一些问题的提问，让读者可以仔细思考婚姻的实务问题。这本书册，很适合夫妻一同来阅读。对于作为辅导者来说，这也是一本不可错过的书籍，既有理论教导，也有实际实践的技巧学习。